

1月プログラム表

	1		2		3		4	
時間/曜日	火		水		木		土	
10:00~10:20							フロア	送迎到着/入浴
10:20~10:30								ラジオ体操
10:45~11:30								
11:00~12:00								食事提供準備
12:00~13:00								昼食
13:00~13:10							フロア	ラジオ体操
13:10~13:55								軽運動
13:55~14:10								準備/小休憩
14:10~15:00								創作的活動
15:00~15:10								片付け/手洗い
15:10~15:20							サービス提供記録記入	
15:20~15:30							帰りの会+送迎/入浴	
	7		8		9		10	
時間/曜日	火		水		木		金	
10:00~10:20		送迎到着		入浴		送迎到着		送迎到着/入浴
10:20~10:30		ラジオ体操		ラジオ体操		ラジオ体操		ラジオ体操
10:45~11:30	フロア	軽運動	フロア	脳トレ	フロア	軽運動	フロア	脳トレ
11:00~12:00		食事提供準備		食事提供準備		食事提供準備/自立調理練習		食事提供準備
12:00~13:00		昼食		昼食		昼食		昼食
13:00~13:10		ラジオ体操		ラジオ体操		ラジオ体操		ラジオ体操
13:10~13:55		筋トレ&ソフト筋トレ		軽運動		SS清掃		筋トレ&ソフト筋トレ
13:55~14:10	フロア	準備/小休憩	フロア	準備/小休憩	フロア	準備/小休憩	フロア	準備/小休憩
14:10~15:00		パールハイツ清掃		公園清掃		筋トレ&ソフト筋トレ		パールハイツ清掃
15:00~15:10		片付け/手洗い		片付け/手洗い		片付け/手洗い		片付け/手洗い
15:10~15:20	サービス提供記録記入		サービス提供記録記入		サービス提供記録記入		サービス提供記録記入	
15:20~15:30	帰りの会+送迎		帰りの会/入浴		銀行 帰りの会+送迎		帰りの会	